



社会福祉法人 恩賜財団

10月号

愛知県同胞援護会だより

特別養護老人ホーム春緑苑 第207号

特別養護老人ホームとよた苑 第124号

身体障害者療養施設春日苑 第170号

知的障害者更生施設サンホーム豊田 第77号

養護老人ホーム若草苑 第31号

平成17年10月15日発行



画：村山 秀雄 さん（ケアハウス豊田 入居者）

目次

春日井・とよたグループ(長寿番付).....P.2	若草苑.....P.13
春緑苑.....P.2~6	サンホーム豊田・野見デイサービス.....P.14
春日苑.....P.7~8	春日井・とよたグループ.....P.15~16
とよた苑・東山デイサービス.....P.9~12	

法人事務局

〒487-0031 愛知県春日井市廻間町703-1 TEL 0568-88-8302 FAX 0568-88-0306
URL <http://www.mc.ccnw.ne.jp/aichi-douen/>
e-mail: douen@mc.ccnw.ne.jp

長寿番付表

平成十七年秋場所

▲東村編
柴田正義さん



▲西村編
藤原芳子さん



年齢は、平成十七年九月末現在の
数え年表記です。(敬称略)

施設	名前	年齢	施設	名前	年齢
特別養老院	柴田正義	102歳	特別養老院	藤原芳子	102歳
特別養老院	井上義子	101歳	特別養老院	長谷川ふみこ	100歳
ケア春緑苑	松田静之	100歳	特別養老院	山地キヨ	99歳
特別養老院	野村シト	99歳	特別養老院	東條友一	99歳
特別養老院	櫻井末子	98歳	特別養老院	反町タツ	98歳
特別養老院	山内雪乃	98歳	特別養老院	築山金光	98歳
特別養老院	松田ふさ子	98歳	特別養老院	古沢ツジ	97歳
特別養老院	伊藤志名	97歳	特別養老院	加藤つや子	97歳
特別養老院	姫田すみ	97歳	特別養老院	深津こう	96歳
特別養老院	末谷静子	96歳	特別養老院	山田イト	96歳
特別養老院	柴田フキ	96歳	特別養老院	宮田運一	96歳
特別養老院	山内トモ	96歳	特別養老院	川合シズエ	96歳
特別養老院	林かなえ	95歳	特別養老院	大河内ゆき	95歳
特別養老院	寺田重子	95歳	特別養老院	高橋幸夫	95歳
特別養老院	内山千代子	95歳	ケア春緑苑	稲垣和夫	95歳
ケア春緑苑	大嶋キクエ	94歳	特別養老院	飯田久夫	94歳
グループ春緑苑	佐々木ふみ子	94歳	特別養老院	榊田やあ	94歳
特別養老院	澤田多嘉子	94歳	特別養老院	深見千代子	94歳
芳草苑	斎藤アサ	94歳	特別養老院	松本清恵	94歳
特別養老院	中島幸子	94歳	特別養老院	久野みつ名	94歳
ケア春緑苑	加藤芳子	94歳	特別養老院	右高かぎ	93歳

東

西

施設	名前	年齢	施設	名前	年齢
特別養老院	柴田正義	102歳	特別養老院	藤原芳子	102歳
特別養老院	井上義子	101歳	特別養老院	長谷川ふみこ	100歳
ケア春緑苑	松田静之	100歳	特別養老院	山地キヨ	99歳
特別養老院	野村シト	99歳	特別養老院	東條友一	99歳
特別養老院	櫻井末子	98歳	特別養老院	反町タツ	98歳
特別養老院	山内雪乃	98歳	特別養老院	築山金光	98歳
特別養老院	松田ふさ子	98歳	特別養老院	古沢ツジ	97歳
特別養老院	伊藤志名	97歳	特別養老院	加藤つや子	97歳
特別養老院	姫田すみ	97歳	特別養老院	深津こう	96歳
特別養老院	末谷静子	96歳	特別養老院	山田イト	96歳
特別養老院	柴田フキ	96歳	特別養老院	宮田運一	96歳
特別養老院	山内トモ	96歳	特別養老院	川合シズエ	96歳
特別養老院	林かなえ	95歳	特別養老院	大河内ゆき	95歳
特別養老院	寺田重子	95歳	特別養老院	高橋幸夫	95歳
特別養老院	内山千代子	95歳	ケア春緑苑	稲垣和夫	95歳
ケア春緑苑	大嶋キクエ	94歳	特別養老院	飯田久夫	94歳
グループ春緑苑	佐々木ふみ子	94歳	特別養老院	榊田やあ	94歳
特別養老院	澤田多嘉子	94歳	特別養老院	深見千代子	94歳
芳草苑	斎藤アサ	94歳	特別養老院	松本清恵	94歳
特別養老院	中島幸子	94歳	特別養老院	久野みつ名	94歳
ケア春緑苑	加藤芳子	94歳	特別養老院	右高かぎ	93歳

春緑苑

表彰状をいただきました

九月九日(金)、台風の影響で予定より二日遅れとなりましたが、春日井市長鶴飼一郎様による敬老慰問が行われました。今年、満百一歳の藤原芳子さんをはじめ、満百歳の井上義子さんと堀山ヲハ子さん(入院中)、満九十九歳の長谷川ふみ子さんとケアハウスの利用者の松山静之さんの五名を慰問されました。



▲これから元気に頑張ります

市長様からお一人ずつに表彰状や記念品、敬老金が手渡され、そして、被表彰者を代表して井上義子さん、利用者を代表して栗木かね子さんが、それぞれお礼の挨拶

を述べました。

その後、市長様へのお礼として、「肩たたき」、「汽車」の器楽演奏を披露しました。日頃の器楽クラブで指導いただいている「森の会」代表、中岡眞智子先生のオルガン演奏に合わせて、太鼓や鈴を鳴らし、練習の成果を発揮されていました。

市長様、公務でお忙しい中、慰問してくださり、ありがとうございました。

投票率一〇〇%

九月五日(月)、当苑の多目的ホールで、衆議院愛知県選出議員選挙、衆議院比例代表選出議員選挙、最高裁判所裁判官国民審査の不在者投票が行われました。

当日の朝は、新聞を広げ、真剣に候補者と政党を選んでおられる利用者さんの姿があちこちで見られました。中には、早くから「もう誰に投票するか決めています」と言っておられる方も見受けられました。

今回、一人の棄権者も無く、利用者さん全員が投票されました。皆さんの一票一票が生かされる政治を期待します。



▲大切な一票にしたいです

敬老の催しにお寿司・演芸の慰問



▶実演に人感涙

れました。同店大将の館隆さんをはじめ、従業員の皆さん、また田中施設長が握る寿司に利用者の皆さんは舌鼓をうち、大将とともに大いに盛り上がりました。目の前で握っていただく寿司の味はやはり、味も二味も違いました。握り寿司でお腹をしつかり満たした後は、心の充実ですとばかりに、第二部は一大カラオケ大会を催しました。特養をはじめ、ショートステイ、グループホーム、ケアハウスの利用者さんにこそぞって自慢の喉を披露していただき、至福の時を味わっていただきました。

川柳
生きがいは たちばなさんの
昼餉時

竹内一豊さん

また、九月十九日(月)の敬老

園児から元気をもらう

九月八日(木)、高蔵寺幼稚園から二十四名の園児の皆さんが当苑を訪問されました。行進曲に合わせて、可愛らしい園児の皆さんが多目的ホールに入場するや、待ってましたとばかりに利用者の皆さんは満面の笑みを浮かべ、拍手で出迎えました。園児の皆さんの出しものは、「ドレミの歌」で、元気一杯歌ってくださいました。

その後、利用者さん一人ひとりに首飾りをプレゼントしていただきました。利用者の皆さんは園児たちと握手をしたり、元気で長生きしてね。と声をかけていたのだいたりで、ホール全体が「和み」の環に包まれた感じでした。園児の皆さん、来年も元気をください。ありがとうございました。



一人ひとりにプレゼントをいただきました▼

の日には、ボランティアグループ「レインボー楽団」の皆さんによる豪華演奏会が行われました。懐かしいの歌謡曲に利用者の皆さんは、うっとりとして昔日に思いを馳せ、各自ずさんでいらつしやいました。利用者の高井正子さん、星原實さんは、「レインボー楽団」の皆さんの演奏に合わせ、素敵な歌声を披露してくださいました。皆さん、とても楽しい時間を過ごされました。



▲なつかしい曲にうっとり

新任職員紹介

特養春緑苑(十月一日付)
相談員 井戸 清人
①昭和51年5月21日
②O型
③読書
皆様にご挨拶をさせていただきます。

10月14日 10時30分
10時30分 10時30分

秋の彼岸法要開催

九月二十三日(金)、秋のお彼岸にあたり、月例祭と併せて当苑で亡くなられた方々の慰霊法要を営みました。宝珠寺・明照寺のご住職をお迎えし、七十余名のご来賓・ご遺族の皆様が参加され、開設以来ご逝去された二百八十八名のご供養をしました。お昼の会席の場では、あちこちで故人を偲び、思い出話に花が咲いていました。

10月誕生者紹介

- 櫻井 末子さん 九十八歳
 - 林 かなえさん 九十五歳
 - 大河内 ゆきさん 九十五歳
 - 真野 とき子さん 九十歳
 - 河井 テルさん 八十八歳
 - 奥村 生子さん 八十七歳
 - 高田 恵美子さん 八十七歳
 - 原田 百合子さん 八十七歳
 - 牛山 篤子さん 八十六歳
 - 岩崎 アキエさん 八十四歳
 - 伊藤 江以 八十三歳
 - 岩井 とめ子さん 八十三歳
 - 杉原 三信 七十六歳
- 以上十三名の方です。おめでとございます。

出会いと別れ

- 小林 菊枝さん 八十七歳
 - 九月二十日付で入苑されました。
 - 渡邊 敏子さん 七十五歳
 - 九月二十七日付で入苑されました。
 - 加納 光子さん 九十二歳
 - 九月十八日、永眠されました。
 - 森田 ひささん 九十二歳
 - 九月十九日、永眠されました。
 - 小倉 金子さん 八十一歳
 - 九月二十一日、永眠されました。
 - 中垣 アイさん 九十四歳
 - 九月二十九日、永眠されました。
 - 小林 菊枝さん 八十七歳
 - 十月二日、永眠されました。
- 故人のご冥福をお祈り申し上げます。

●十一月の行事予定

- 十月十日(日) 春緑苑・春日苑 合同運動会
- 十月十一日(金) 月例祭
- 十月十八日(金) 誕生会

デイサービス

絵画教室で楽しいひととき

デイサービス認知型では、月に二回、白根俊男先生のご指導により、絵画教室を行っております。果物や花など、季節のものを題材とし、初めて絵を描くという方も、先生からアドバイスをいただき、楽しく取り組まれ素敵な作品が生まれています。



▲good job !!

グループホーム

お月見で心身ともに楽しみます

九月十八日(日)は、十五夜。グループホームでは午後からお供えする団子を皆さんと一緒に作りました。「昔はよく作ったね。」「手く丸められないね。」「お月さんのように丸くなったよ。」「言いながら、楽しく団子を作成。出来上がった団子と、昨日、利用者さんの一人が以前住んでいた家の近くで取ってきたすすきと萩をお供えし、月が登るのを待ちました。

東の空のまん丸な月を見て、「キレイだねー。」「まん丸だねー。」

〜白根俊男先生からのコメント〜

春緑苑デイサービスで絵の教室を受け持ったのは五年、初めは随分と戸惑いましたが、皆さんに笑いが無いことに気付き、早速持ち前の大阪弁で笑いを振り起し、今は楽しく絵を描いて貰っています。私自身にも、色々な方のお友達が増えました。そして突然会えなくなったり方等、今でもその時々が浮かんできます。今年で七十才ですが、健康で、体が動ける間、皆さんと共に笑いが絵の教室を続けたいと思っています。

など歓声が上がると、皆さん思い思いに十五夜を楽しみました。



▲キレイに丸く出来たかな？

福祉用具貸与事業所

車椅子があるから出かけられる！

買い物に出かけたいし、散歩にも行きたい。でも長く歩き続けるのは不安。途中で疲れてしまったらどうしよう。迷惑をかけるのもイヤだし…。そんな時に役立つ福祉用具が車椅子です。

車椅子導入の目的は、寝たきりを予防するためにベッドから離れた生活を営むことです。トイレや浴室、食卓やリビングへの移動、庭や地域へ出かけるなど、生活空間を広げることで身体機能の向上

訪問入浴サービス

ご家族と心の通う楽しさ

私達職員にとっては、訪問入浴を利用してくださっている利用者さんはもちろんのこと、介護されているご家族にお会いするのも楽しみです。

普段の何気ない会話の中にも、「今朝、畑でとってきたキュウリだよ。」と、とても大きく育ったキュウリを見せてくださったり、「ぬか漬にはビールを少し入れるとおいしくなるよ。」などと、いろいろと教えていただいたりしています。

入浴していただきながら、何気ない会話にも、ゆったりと心の通う訪問入浴サービスを目指します。

はもろろん精神的な自立度の向上にもつながります。これからは行楽のシーズンです。車椅子を使って行楽地を訪れてはいかがでしょう。



月額レンタル料は
300円〜800円程度です

ショートステイ

皆さんと一緒に

ショートステイでは、四季とりの飾り付けを行っています。

「秋」をテーマに、午前・午後の時間を利用して十五夜の貼り絵づくりを行いました。皆さんは、十五夜には、萩の花やすずき



▶スミキな貼り絵が完成!

老人介護支援センター

悪質セールスなどに気をつけて!

実態把握調査で健康や生活の状況をお尋ねすると、悪質セールスなどが多いという声を聞きます。皆さんが少しでも安心して暮らせるよう講座を企画しました。

●今後の福祉講座の予定

①「高齢者を狙う悪質商法の手口・対処方法」

【日時】10月28日(金)14時～15時30分
【講師】(社)全国消費生活相談員協会 消費生活相談員 清水かほる氏

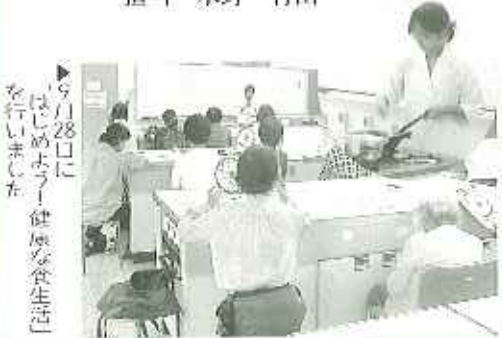
②「認知症介護、こんな時どうする?」

【日時】11月29日(火)14時～15時30分
【講師】春緑苑グループホーム 介護士 近藤 久美子

【会場】東部市民センター第二集会室
【定員】45名(定員になり次第申し込み締切り)。

【参加費】無料
【申し込み先】

電話 (0568)88-8303
FAX (0568)88-7938
メール syunryokusien@mc.ccnw.ne.jp
担当 水野・青山



▶9月28日に「はじめよう!健康な食生活」を行いました。

居宅介護支援事業所

利用者さんの気持ちになって!

微妙なバランスで成り立っている老親家庭。夫婦のどちらかが健康を害すなど、ほんの少しのトラブルでバランスを崩すことが多いといわれています。

Aさん夫婦のケースでは、夫が

を供えたもんだよ。」とお話しを聞きながら、「この色がいいんじゃない?」と利用者さん同士で和気あいあいと貼り絵づくりをしていただきました。

しばらく利用さんにステキな秋を楽しんでいただきます。

庭石につまずいて転び、怪我をされたのが発端でした。怪我は、手足のすり傷と打撲で済んだのですが、「手足が痛くて重い物に行けなくなりました。重い物が持てない。最近、夫婦ともに弱ってきているので家事を手伝ってほしい。」との相談がありました。しかし、ヘルパーを利用されることをすすめると「気を使うし、少し家の中を片付けなければ」、「でも来てほしい。」と言われます。利用者さんの揺れ動く気持ちが変わってきます。そこで、他人が家に入ることへの不安をやわらげるべく説明を続けました。

数日後、迷いながらもヘルパーを使い始めたAさん夫婦から「大

ヘルパーセッション

利用したいと思っていたけるサービス

24時間体制に向けて

現在、ホームヘルプサービス春緑苑へでは、八時～二十二時の時間で活動しています。

今後、二十四時間体制で活動できるように、少しずつではありませんが、準備を進めています。

九月には、常勤職員が一人増え、ヘルパーセッションの仲間は、五十一名にまで増えました。

また、勉強会を毎月行い、ヘルパー一人ひとりのサービスの質の向上にも努めています。

利用者さんやご家族の皆様は、「ホームヘルプサービス春緑苑を利用したい。」と思われるように、土台をしっかり作り、よりよいサービスを提供できるように頑張っています。

ケアハウス春緑苑

福祉のつどいに自慢の手作り品バザーを出店!

暑さの残る九月十日(日)に行われた福祉のつどいに、今年もケアハウスから恒例の手作り品バザーを出店。利用者さんの個性豊かな作品が店頭にところ狭しと並



▲売り子にも方が入ります

び、見る人の関心を大いにひいていました。売り子さんも、お客さんの生の声を聞くことで、次回作品の参考になったのでは。

春日井市敬老会に

参加しました

♪お昼は海鮮鍋会席で身も心も大満足♪



▲たくさんのご馳走いただきました!

苑内敬老会を 充分に楽しみました

九月十五日(木)、待ちに待った春緑苑グループ合同の敬老会が行われました。

昼食は色どり鮮やかで新鮮なお寿司をいただき、皆さんペロリと完食!午後からのカラオケ大会では、大橋道子さん、山田春枝さんがプロ顔負けの歌声を披露してくれました。毎日の練習の成果が十分に発揮され、歌い終わった時には大きな拍手が起りました。こうしてこの日、ケアハウスに二人の歌姫が誕生しました。

九月十九日(月)敬老の日に市

の敬老会へ行ってきました。素晴らしい津軽三味線の音色に聴き惚れ、余韻を残しつつ、一同、海鮮料理屋へ。カニやエビがたっぷり入った鍋料理や、新鮮な鯛の活造りに握り寿司といった豪華な料理の数々に、驚きつつも箸を選びます。

「こんなにエビを食べちゃった。」
「今日は久しぶりに楽しい一日だったわ。」と皆さん満ち足りた様子でした。



▲見てください!この堂々とした歌いっぷり

ケアハウスお月見会

満月が見られなくて残念でしたが、打上花火は特等席で観賞。また一つ思い出が増えました。



▲来年は本物を見ましようね

10月誕生者紹介

- 大嶋 キクエさん 九十四歳
- 柴田 てるさん 九十歳
- 山本 賤枝さん 八十八歳

●十一月の行事予定

- 十月十五日(日) 春日井まつり 童謡の広場に出演
- 十月十八日(金) 誕生会
- 十一月中旬 茶話会



春日苑

春日苑で不在者投票を行いました



▲「よりよい世の中に…」想いを込めて投票

「東海北陸大会に参加して」

介護士 龍山典之

9月29日(木)、30日(金)と、静岡にて行われました、身体障害者施設職員研究大会に参加させて頂きました。浅井施設長、伊東療護課長、木村看護師、尾崎介護士、山本介護士、そして私という顔ぶれでした。

静岡に着いて、まず開会式に出席し、その後、各々七つの分科会とりハビリテーション会議に参加しました。各施設の発表は、どれも興味深いものばかりで、また、それぞれの施設の特色を見ることができました。

そして、いよいよ春日苑の発表の番になりました。立見が出るほど会場は埋まっており、木村看護師の「やってみよう施設内評価～第三者評価の前に今現場でできること～」という発表に皆聞き入っていました。また、木村看護師は質疑応答でも的確に答えていました。

次の日は、「介護・福祉事業者における個人情報保護法の具体的対策について」の講演があり、とても勉強になりました。

この研修で、学んだことを活かし、さらに業務に励んでいきたいと思えます。

誕生者外出

「白熱!野球観戦」



▲やってきましたナゴヤドーム!

春日苑で積極的に取り組んでいることの一つに、利用者の皆さんの外出支援があります。今回はそ

の中の、コマをご紹介します。

九月二十五日(日)、大の巨人

ファンの村上好夫さんと、熱心な

中日ファンの加藤明さんはナゴ

ヤドームに中日対巨人戦を見に行

きました。ナゴヤドームの車椅子

席からは球場全体が見渡せ、特に

外野席の応援団の熱気はすごい、

二人とも試合にのめりこんでいき

ました。試合は両者譲らず0対0

で進行していききました。村上さん

が「そろそろ試合が動くんじゃないかな。」と話した直後、中日の

福留選手のホームランが飛び出し、

加藤さんは大喜び。村上さんは苦

笑いしながらも替辞を送っていま

した。

互いに違うチームを応援する一

人ですが、とても楽しいひと時を

過ごせたようでした。



▲ホームラン!応援する一人にも表情が...

第十回

民老協野球大会の応援に行っ

利用者 伊藤裕史



▲フックフルト、手作りのパン、ピース細工などたくさんのお店を巡りました

福祉のこぼい

九月十一日(日)春日井市総合福祉センターで行われた福祉のつどいへ出かけてきました。
春日苑では、革細工で利用者さんが作った作品を出店、販売しま

九月二十八日(水)、小牧市民球場にて民老協野球大会が開催されました。今年も僕は応援に行かせていただきました。春日苑から五人の職員さんが選手として活躍されました。
チーム名は、ブラックキャッツ春緑苑です。投・打とも、バランスが良く16対0で圧勝でした。これからも優勝めざし



▲勝利を願って応援!

て頑張ってください。心から応援いたします

した。キーホルダー、小銭入れ、眼鏡ケース、ベルト、鞆など、柄も多色とりどりの出品物の中で、キーホルダーが人気でした。
屋内会場には、入るとすぐにレールパークがあり、大きな鉄道模型が展示され実際に走っていました。また、点字コーナーでは、ボランティアの方が点字を教えてくださいました。また、点字コーナーでは、ポランティアの方が点字を教えてくださいました。また、点字コーナーでは、高校生の方々によるコンサートが開かれ、とても本格的なもので利用者の方も驚かされていました。その他にもいろいろないイベントがあり、利用者、職員とともに楽しむことができました。

障害者生活支援センターだより

現在では、障害のある人も地域で暮らすという考えは当たり前のもとなりました。障害があっても自分のことは自分で決めたいし、お出かけしたい。そりゃやうですよ。だから、昔ほど「障害者は施設へ」と、義的には考えられなくなってきました。

もちろん、施設が存在意義は依然としてあると思いますし、施設でも今は外出などの社会参加の機会を保障する処遇に力を入れていくところばかりだと思えます。ただ、障害のある人は、そのハンデを補うようなサービスやサポートを必要としています。当然、障害のある人にとっての自立とは、障害がないかのように暮らすのを目標にすることはありません。

介護などの手助けを必要としても、自分のことは自分で責任をもって決めていきたい、そんな気持ちを支えたいと、支援センターでは自立生活プログラムに試行錯誤して取り組んでいます。興味のある方、お問い合わせください。

【お問い合わせ】

電話 (0568) 8817637

ファックス (0568) 8815704

メール kasugastien@mc.ccnw.ne.jp

までどうぞ。

誕生者紹介

10月

長内	一男さん	一日
中川	和子さん	四日
野呂	忠正さん	七日
山本	光好さん	八日
菊池	博さん	十八日
須藤	幸雄さん	二十日
本多	博幸さん	二十日
石原	則子さん	二十一日
青山	千恵美さん	二十三日
奥村	雅則さん	二十六日
木村	明加さん	二十六日
岡田	武信さん	二十七日
加藤	千史さん	二十八日

以上の皆さんです。
おめでとう、ございます!!

●十月・十一月の行事予定

十月二十日(出) 名古屋シティ

ハンディマラソン

十一月十日(出) レクの日

十一月十六日(出) 定期健康診断



とよた苑

敬老会

九月十九日(月)、とよた苑にて敬老会を実施しました。

喜寿(二名)、米寿(二名)、最高齢者の方の紹介を行い、五名の方に登壇していただき、施設長から賞状が送られました。皆さん大変喜ばれ、周りの方からの温かい拍手に包まれていました。最高齢の柴田正義さん(一〇二歳)が代表して感想を述べられると、再び拍手がわきおこりました。また今年の敬老会では、サンホーム豊田の皆さんによる歌の披露や、早川流やぐら太鼓様による横笛や太鼓の演奏が行われました。利用者さんの中には、一



▶これからも元気に毎日を過ごしていきたいように

緒に歌ったり、感動して涙を流されている方も見受けられ、とても満足していただけた様子でした。

健康優良者紹介

今年の健康優良者には、柴田フキさん、深津こうさん、岡部ユキさんの二名が選ばれました。三名の方に健康の秘訣は何ですか?と質問してみました。



「とにかく自分の好きなことをしながら、一生懸命働いてきたことです。」



「よくかんで食べることです。」



「いっばい寝ることと行きたいところに行くことですかね。」

という返事が返ってきました。

以上三名の方々は九十歳を超えています。元氣よく毎日を過ごしていらっしやるので選ばせていただきました。

皆さんもこの二名にあやかって健康第一をモットーに頑張らしましょう。

遠山洋子様来苑!!

九月二十二日(木)、演歌歌手の遠山洋子様がとよた苑に来てくださいました。季節に合った歌から、懐かしい曲まで、幅広いレパートリーを披露してくださいました。

遠山様が、歌いながら一人ひとりの利用者さんと握手をしてまわられると、皆さんは、知っている曲を口ずさんだり、笑顔で話しかけたりして楽しませていました。すばらしい歌声を聞かせていただき、ありがとうございます。



▶すばらしい歌声に大満足でした

すばらしい演奏でした



▶いい演奏を聞かせていただきました。皆さん大満足でした

九月二十四日(土)、二三友民謡会」の皆さんが慰問に来てくださいました。

「河内音頭」、「佐渡おけさ」など九曲を演奏してください、利用者さんの中には「この曲は大好きだったの。」と笑顔で話してくれる方もいらっしやいました。演奏中は皆さん手拍子を打たれ、楽しませておられました。「三友民謡会」の皆さん、すばらしい演奏をありがとうございました。

秋の彼岸法要実施

九月二十三日（金）、蓮生寺のご住職にお越しいただき、とよた苑・ケアハウス豊田で開設以後お亡くなりになられた二百十三名のご冥福を、ご遺族、利用者さんとともに祈りました。

利用者の皆さんは、読経の後の法話を真剣に聞き入り、「良い話をたくさん聞くことができたよ。」と感銘を受けたとともに故人の思い出を偲びました。



▶213名のご冥福をお祈りいたします

貴重な一票を

投じました

九月八日（木）、衆議院議員総選挙の不在者投票を、「階食堂と三階エレベーターホールにて実施いたしました。

利用者の皆さんは、真剣に悩まねながら、貴重な一票を投じておられました。投票後、「選んだ人が当選するといいな。」と晴々した表情でおっしゃられた利用者さんもいらっしゃいました。

皆さん開票の日を楽しみにされている様子がひしひしと伝わってきました。

豊田市特別給付について

豊田市は通常の介護保険サービスに加えて、市独自のサービスを実施しています。

○「おむつ購入費の支給」
自宅でおむつを必要とする要介護以上の方に利用券を交付します。

○「すこやか住宅リフォーム」
住宅改修費の支給の限度額で不足の場合、一世帯につき四十万円までさらに市が支給します。
相談、申し込みは担当ケアマネージャーまたは当事業所までお願いいたします。

福祉用具貸与事業所

褥瘡予防研修会に参加

▶私の一票が牛かされますように



九月六日（火）、豊田市区社会福祉協議会主催の褥瘡予防研修会に参加しました。この研修会では、三九朗病院形成外科医で三好町の褥瘡対策事業プロデューサーでもある堀田由浩先生を講師に迎え、全三回行われる予定です。
第一回目の今回は、褥瘡発生のメカニズムや発生予測などを学び、それに基づくマットレスの選択と介護力の重要性を改めて感じました。これらの事をふまえ、今後の福祉用具貸与事業に活かしていきます。

誕生者紹介

10月

小林	チヨさん	八十六歳
吉田	テル江さん	八十六歳
杉崎	鈴子さん	八十五歳
澤原	翠さん	八十歳
浦川	タエ子さん	七十九歳
諸田	都子さん	七十五歳
飯徳田	節子さん	六十歳

以上七名の方々です。
おめでとございます。

● 出会いと別れ

（入苑）

山内 トモさん
九月二日付けで入苑されました。
廣内 はる子さん
九月十四日付けで入苑されました。



デイサービス

仮装合戦、笑顔いっぱい

九月九日(金)～十五日(木)まで敬老会を行いました。日頃の感謝の気持ちを込めて、利用者さんに大いに笑っていただこうと、クイズ、ゲームの他に仮装合戦を行いました。

パターンは三つ。定番の侍、職員の趣味のタイガーマスク、そして利用者さんに大人気のヨン様。ゲーム、クイズの勝敗で仮装合戦の組み合わせが変わり、混戦状態となっていました。タイガーマスクのマスクにヨン様のジャケット、そして赤フンドシ…などなど。見ただ目のおもしろさに加え、職員の変なパフォーマンスで、利用者さんもその他の職員も大爆笑。大変盛り上がる仮装合戦となりました。また、日ごとの最高年齢者の方にくす玉を割っていただきました。「元氣」をテーマとしたたれ幕に、皆さんとても喜んでくださいました。



▲「がんばれー」皆さん楽しそうでしたね

習字作品



神無月旬会作品

名月も雲に邪魔され今日は駄目
鈴虫がひとときわ美声放す夜
送迎のバス待つ前を赤とんぼ
那須 源吉さん
せみしくれやんてよこ虫の声に秋おもう
萩野 与一さん
万博やムチャクチャ夜の入場者
さるすべり今も盛り咲きにけり
雨止みてツクツクボウシ鳴きだしぬ
寺澤 和昭さん
吾き陽も山に沈みて風涼し
何処ともなくこほろぎの声
「大失敗」もの言い初めし兄の言いて
何時覚えしかと曾祖母笑まう
ロボットの未来への夢はてしなく
老いの身忘れエールを送る
神谷 みのるさん

東山デイサービス

本日の名人戦

デイサービスでは、余暇の時間帯、利用者の皆さんがそれぞれご自分のやりたいことを行っています。

今回は、東山デイサービス将棋名人の金谷武士さんと、岡田典生さんを紹介いたします。金谷さんは将棋二級、岡田さんは二級の腕前です。お二人が対局されるのは週に二回。デイで将棋を指すことをとても楽しみにされ、心待ちにされています。

お二人に、それぞれの印象を伺うと、金谷さんは、「岡田さんは、とても上手で読みが深いから手強いよ。」と、岡田さんは「金谷さんは、駒に力があり、進め方がき



▲将棋名人戦で戦う金谷さんと岡田さん

れいで迫力があります。金谷さんの人柄が表れ、対局していて、いつも勉強になるんですよ。」と、真剣勝負の中、にこやかにお話ししてくださいました。

最近では、将棋のメンバーも増え、一段と将棋に燃える名人のお二人でした。



敬老会で素敵な音楽を披露していただきました (九月十五日)



▲将来の口を指す小野さん、市川さん

10月誕生者紹介

- | | | |
|----|-------|------|
| 鈴木 | きくえさん | 九十三歳 |
| 岡田 | 典生さん | 九十歳 |
| 梅田 | あき子さん | 八十三歳 |
| 太田 | 保治さん | 八十二歳 |
| 鈴木 | はま子さん | 八十一歳 |
| 大木 | 道江さん | 七十九歳 |
| 武藤 | 良英さん | 七十五歳 |
| 伊藤 | 正子さん | 七十五歳 |

ケアハウス豊田

年を重ねて幸せも重ねて...

九月十九日(月)敬老の日、前には敬老会、午後は紅白まんじゅうと手作りの桜茶でお茶会、と一日を通して楽しくお祝いをしました。

「年をとる」ことには個々に思うところがあるようで、特に女性の場合は、「一つ歳をとる度しわが増えちゃう...」とやはり幾つになっても若く美しくありたいと願う気持ちは変わらないようです。

六十代〜九十代の広い年齢層の利用者さんは日指すところもいろいろ。「さんは、なんでもやってみなくちゃ損しちゃう!」と敬老会では社交ダンスに挑戦。また、午後のお茶会では「あとのはのんび



▲最高齢、節田の方
これからもお元気です!

りゆつくり暮らせればネー。」と桜茶の香りに口を細める方も。皆さんが来年もかわらず幸せな年を重ねられますように...



▲ドキドキの初ダンス♡

▶ほっと一点

鮎料理を堪能

九月十四日(水)秋晴れの中、利用者さん六名と広瀬やなへ鮎料理を食べに出かけました。

二五〇〇円コースで鮎めし・塩焼き・魚でん・フライ・酢のもの・カン口煮・天上揚げの七品が運ばれてきました。

矢作川のせせらぎを聞きながら、出来たての鮎料理に舌つづみし、いただきました。

食後には川の水かさもありましたが、やなへ降りて水の冷たさと川の流れを手で触れて感じたりし

自ばえの植物たち

夏野菜の収穫も終わった畑の隅で、去年落ちた種が自らの生命力で芽を出した冬瓜が食べられる程に成長しました。また、側溝で芽を出し、苗を植え替えたヘチマを十個程収穫することができました。

まずは觀賞のために、事務所前のテーブルに置かれると、職員の間で「思わず心がうずき、色々な動物に変身。そのユニークさから皆さん暫し見入り、野菜談義が始まります。また利用者さんも絵手紙風に絵とコメントを書き添えてくだ

て来ました。「やなほとでも風情があつていいわね。」「揚げたて、焼きたての鮎づくし料理で最高においしかった。」などの言葉も聞かれ大変喜ばれました。



▶川の流れを聞きながら...

さいました。展示が終った後は、直径十五センチ、高さ二十センチもある冬瓜は刻んで冬瓜汁に、ヘチマは早速、水に浸し、ヘチマタワシになりました。

月をめぐる宵

「お月見」といえばやはり十五夜を一番に思い浮かべます。中秋の名月とも呼ばれ、最も美しいと言われています。しかし、その後の月にもそれぞれに風流な名前がつけられています。十六夜、立待月、居待月...。欠けていく月に名残りを惜しむように名づけられた月を、今宵も見上げればケアハウスの窓辺に同じように月を見上げる姿。そっと近づき、侘びしくも美しい月をめぐる会話をしみじみと楽しめるのも、この頃です。

10月誕生者紹介

- | | | |
|----|-------|------|
| 鈴木 | きくゑさん | 八十九歳 |
| 玉山 | 清子さん | 八十七歳 |
| 加藤 | 緑さん | 八十二歳 |
| 中嶋 | 孝司さん | 七十歳 |
| 青山 | 敏子さん | 六十三歳 |

養護若草苑

今年も元気に 敬老会を迎えたよ

九月十八日(日)若草苑の敬老会を行いました。最高齢者は宮田運一さん(満九十五歳)。毎日カッターシャツにスラックスでピシッと決め、元気にニコニコと過ごされています。

敬老会は、式典で九名の方が敬老祝い金をいただき、十三名の方がお祝いの品をいただきました。その後は昼食会。皆さんで鮎兼様からの敬老慰問の桶寿司をいただきました。鮎兼様には、毎年敬老会の日にお寿司の慰問をいただいております。今年で二十九年目となります。利用者さんはお寿司が大好き。「ありがたいね。」「おいしいね。」「ねたがこんなに大きいよ!」と会話をしながら楽しい昼食会となりました。



▼伊豆の名太郎になりきって!

▲94歳。まだまだ開かせませう

若草苑デイサービス

素敵な演奏をありがとうございました!!

九月十九日(月)から二十二日(木)の敬老会に様々なボランティアさんが来所されました。オカリイさんの音色が心に響きます。



▶お抹茶で一服

リナや琴の演奏、フラメンコ、ダンスなど、賑やかな四日間となりました。

ボランティアさんも利用者の皆さんも、最初は緊張気味でしたが、華やかな衣装や凛とした踊り、素敵な演奏に次第に笑顔がこぼれ、一緒に歌ったりお話しをしたり楽しいひとときを過ごしました。また、初めて来所された「オカリイナ梅坪」のボランティアさんから、「演奏を聴いてもらう以外の楽しみもありました。」と言っていたきました。利用者の方々の間でも、しばらく敬老会の話題が聞かれました。利用者の方々の心にも印象に残る会になったようです。

「西山豊田市はつらつクラブ」

事業開始

豊田市の介護予防支援サービスの委託を受けて、十月、日(上)から、「はつらつクラブ」を開始しました。

市内にお住まいのお年寄りが、要援護状態に陥ったり、閉じこもりになったりしないように、自立した生活をお手伝いいたします。現在、十一月からの利用者さんの受け入れに向けて準備中です。利用申込みなど、詳しくは豊田市高齢福祉課、及び市内在宅介護支援センターまで、お問合わせください。

10月誕生者紹介

山本 清子さん 十八日
飯田 久夫さん 二十三日

●十一月の行事予定

- 十月十八日(火) 運動会
- 十月十九日(水) 崇化館中学校文化祭ご招待
- 十月二十日(木) 梅坪交流館文化祭 見学
- 十一月五日(水) 第一回若草苑文化祭
- 十一月八日(土) 梅坪小学校生ふれあい
- 十一月十一日(金) 崇化館中学校生奉仕活動

10月誕生者紹介

小池 操子さん 九十歳
鈴木 國勢子さん 八十五歳
本多 千代さん 八十三歳
加藤 千代子さん 八十九歳
井上 勝さん 七十九歳
篠田 勝美さん 七十九歳



サンホーム豊田

月よりダンコ

九月十九日(月)、多目的ホールにてお月見会を行いました。まず、お月見風船ゲームを行い、どれだけ風船を落とさないで入れるかをチームごとで競争！ゲームを通して利用者さん同士が協力しあうことで、皆さんの親睦がますます深まりました。

ゲームの後、「うさぎ」を合唱し、おやつにはお月見団子を食べ、秋らしい季節感を十分に味わうことができましたと思います。

利用者さんの紹介

今回の紹介は、地域の事業所へ働きに行っている加藤春



「仕事
がんばってます!!」

さんです。
春一さんは、七月十二日からAコープ松平店で働いています。仕事内容は、惣菜コーナーでの弁当詰め、毎日自転車で通勤しがんばっています。また、サンホーム豊田内では自立に向けて言葉遣いや時間を守るといったことを修業中です。春一さんは、サンホームの自立支援のお手本として、とても大切な利用者さんの一人です。



10月誕生者紹介

- 鈴木 勇生さん 八日生
- 深津 久美子さん 十一日生
- 中島 利津子さん 十二日生
- 深谷 秀子さん 十三日生

●十・十一月の行事予定

- 七月二十七日(木) 外注班外出
- 十月三日(木) 理美容
- 十月月中旬 福祉フェスティバル

力をあわせて

九月十日(土)にサンホーム豊田の山田章貞相談員が暗れて結婚され、利用者さんからのお祝いとして結婚式で使う席次立てを作り、プレゼントされました。

利用者さんが力をあわせ、百四十ものかわいいクリップを作りあげることができました。サンホーム全体がお祝いムードに包まれ、利用者の方皆さんからは「おめでとう」、「幸せになってね」などの言葉が送られました。

▶かわいいクリップ作りました



野見デイサービス

素敵な演奏会

九月十日(土)、サンホーム豊田多目的ホールにて、慰問でバイオリンコンサートが行われました。

奏者は、鈴木弘子先生とその生徒さん十名で、生徒さんは幼稚園児から高校生までの幅広い皆様でした。利用者の方々はクラシック音楽の見事な演奏に感動し、「むすんでひらいて」、「さんぽ」などの心温まる演奏を楽しみました。

音楽が好きな利用者さんにとって、最高の時間となりました。



▼みんな真剣です

▲とってもきれいな演奏でした

法人を

支えていただいた方々

九月一日～九月二十日(敬称略、順不同)

春日井グループ

香緑苑

●特 養

波多野利治、右高正俊、山本満子、塚田美智子、奥村生子、奥村浩久、加納美子、竹内美津子、佐藤園南事

●寄付物品

小枝まつ、魚春、長谷川はる香、加納光子、坂本富美子、本野せい、森田ひさき、古田イタ

●ボランティア

【森の会】福山晴美、荒川上衣子、日比野貴津子、嶋田幸子、山田伸義、松岡雄代子、若原貞子、小形信子、友藤あう、見田博子、中岡忠、中岡直智子、日比野恵美子、栗田由美子、倉嶋花子、玉井加代子、首藤敏子、後藤美智子、福田康子、峰崎邦子、岡田直子、金月康久、西山啓一

【JTE】マルエス、栗山尾崎理恵

【ネオホリスの会】沼田淑子、上田ふさ子、難波郁子、伊佐次雅一

【心を唄う会】富岡尚夫、二小田敏信、駒村美枝子、立園紀子、可児とし子、上杉節子、森富子、山本佳乃

【よつば会】伊藤栄、大西美栄

【意味知会】森下豊知智、嶋田栄子、伊藤正子、鳥居清一、平松房子、森田幸子、日瀬操、鈴木みほ子、鈴木和子、松尾澄子、河本ユア

【愛の会】大野豊愛、宮田銀子、伊藤佳子、大津千恵子、鈴木和子、伊藤須美江、大代亮子

【愛知県警察学校】井村幸典、高橋広次、金澤行、河合良宗、栗田敬雅、大田和志、平野さや子、倉嶋忠子、神谷秀城、島玉光浩、荒木佑介、倉知俊輔、本野聡

【やよい会】原口武子、古田和子、保木井恵子、長尾紀子、辻あけみ、武蔵

【はぐるまの会】嶋田寿美子、古川時、古川百久、三島恵美子、直禮子、江

【安城牛高福祉高等専修学校】北まい、近藤淳美、山田知季、若原里美

【JJAの会】安藤麻子、鈴木智子

【ももの会】木村晴子、一ノ谷君子、浜野美子、赤坂千秋

【あじさいの会】岡本富子、佐々木伸久、金子瑞美子、木野山美

【朝人】大伴和子、川田恵里奈、田中悦子、柴本孝子、大西しのぶ、山本浦子、塚田美智子、中島静子、木村貞子、川本久子、原春美

●デイサービス

●ボランティア

鈴木千鶴、清水文子、風船實雄、山崎賢雄、三宅信子、伊藤弘子、井村律子、塚本千代子、坂上文子、藤田日都子、長瀬洋子、山口君子、太田幸子、清水伴紀子、古田あけみ、前田貴志子、伊藤美子、中川津子、野目山紀子、白根俊男、松岡敦子、大塚志洋、辻一紙、教室、水野雅夫、高崎敦子、堀垣啓二、ハニー、ニカ、福岡幸の会、ホロス、健康センター

●シヨートステイ

●寄付物品

嶋村かね子、長谷部孝美子、須藤武行、山崎廣雄、瀬戸正義、本野孝子、富田二三

●ボランティア

【森の会】近藤美登里、【下ミツの会】近藤美登里、【春日井仲間会】高橋紀子、各務美子、山内奈美江、森田浩子、平松智子、白木薫、大石、三恵、松田典子、道田静恵、小池みち子、山口浩子、【心を唄う会】山本佳乃、尾崎尚子、上川京子、可児とし子、森富子、山田和子、小野淑子、【たかまの会】田中康雄、田中敏子、立園紀子、佐野敬人、佐野陽子、石原、井上村加津美、小形結、高橋美津子、山本花子、【高森台たんぼの会】矢吹保子、武蔵子、辻丸晴江、本幸子、長尾紀子、森崎靖子、【警察学校】橋本涉、森山樹、堀橋亮介、小西正敏、堀橋隆司、石田和洋、野田泰伸、日岡聡史、橋人介

●居宅介護支援事業所

●寄付物品

山口聡子、笠原やす子、青木京子、水谷隆、水谷妙子、酒河とめ

●ケアハウス

藤田美代子、加藤若子、宮下和次、女江百合子、塚澤勢起子、堀垣房子、堀垣晴子、嶋村かね子、中川辰野、高塚つや、井上ます子、亀山トミ、木村寿男、松田静之、深田栄子、岩田ミサコ、堀田和久、ケクルト

●ボランティア

中岡直智子、中岡忠、峰崎邦子、嶋田幸子、井上文子、三原ユスカ、梅村平根、西田君子、神馬照子、要藤子、岡田

喜子、栗山由美子、石橋せつこ、●ヘルパー・ステーション

●寄付物品

●ボランティア

アカチャン、森部、福留シズ子、伊藤早苗、ヤクルト、武部美南子、伊藤鈴子、酒井井イロ、フランク、愛知コトク、大山好子、石原小百合、山根美香子、石橋紀夫代、柏君子、山下節也、山内、倉、愛知福祉看護専門学校、大路美香、安達祐人、石橋なな子

●ボランティア

伊勢山子、志田純子、市原まきみ、森住代子、黒岩真理子、森の会、シスター牧山

とよたグループ

とよた苑

●特 養

梅村夏子、明保とめ、成田ハナ子、山崎五男、二宅カズエ、山田正一、早川流、ぐら太、熊、アパンセ、ゴレー、シツ、竹下かほる、繁秋、倉本美穂、川合あき子、山内トモ、松田マチ、深津、う

●ボランティア

五ヶ丘クローバー(北郷)、高岡敏、西口正田、西口喜代子、陣山洋子、民話、二友会、早川流、ぐら太、鼓

●デイサービス

鈴木ツヤ子、加藤雅子、鈴木美子、高木鏡、成田ハナコ、神谷みほ、加藤ミコ子、鈴木八重、須藤淳吉、佐藤シツコ、竹内忠計、中川幸子、宮本カク、鈴木良市、上井康子、今井正、藤田マチ、大谷實次、大谷ミドリ、加納志子、後藤謙子、加藤美子

●ボランティア

高岡幸子、村山えり子、倉橋里美、加藤美智子、森本麻美、今井高枝、上藤和子、小島信子、美里ハンドヘルス、ケアハウス

●寄付物品

中根良一、大内チエ子、松尾淑子、山内トモ、嶋田信男、倉本山光枝、加藤美智子、深見ツガ、日本タバコ産業株式会社、峰崎くら、藤原富佐夫、中庭下夫、杉山ちへ、酒井

●ボランティア

片山登志子、山崎美香子、八和田美栄子、佐川登志恵、岡崎タカ子、永田久子、丸山野史、平松、西子、里野志香、島袋敦子、大岩すみ子、木下浩美、今井紅世、社交ダンス、岡&恵子、代表鈴木剛也(一名、藤の会代表より譲り、他十二名)

●ボランティア

大正琴コスモス、市川野、小野山和子、東長功、佐藤、鈴木、和明

●養 護

●寄付物品

ボイスカウト、嶋田智園、和園製作所、池部城、嶋山、内崎、酒田

●ボランティア

大塚フーナム、愛知県競馬マッサー、シブ会、崇化館中、学校の会、ゆい会

●デイサービス

桜花学園大学、宮川まさき、大山美代子

●ボランティア

中西幸一、荒木悦子、高橋啓、動物愛護ボランティア、池田、愛、オカリナ、梅坪

●サンホーム・豊田

野見デイサービスセンター

●寄付物品

森本麻美、智子、橋岡成子、栗ヶクラブ、豆田弘、南云、ラフ

介護の知恵袋

転倒予防

とよた苑
老人介護支援センター
稲垣 真弓

高齢者の方の介護が必要となる原因は様々ですが、「骨折・転倒」も大きな原因の一つです。近年では転倒による骨折などで、寝たきりとなるのを予防するため、転倒予防の必要性が高まっています。

介護が必要となる原因



「国民生活基礎調査」(平成13年より)

こんな人は注意しましょう!



転倒しやすい人、転倒したことがある人

一度転倒すると、強い恐怖感が生じ、外出をしなくなり、ひきこもりになるなど、精神的悪影響が多くあります。特に転倒既往のある方のうち四〜六割は、六十五才以上の女性の方が占めていますので、転倒既往のある女性には注意が必要です。

視力の低下がある人

視界が悪いと、敷居の段差が見えなかったり、滑りやすい床か判別できなかつたりします。そこで眼鏡をかけた後、段差のある所に色をつけて、段差の見分けができる工夫をしたり、夜の階段にはすべり止めや電氣をつけたりすることで予防しましょう。



握力の低下がある人

万が一転倒した時には、手で支えることで、大車にいたらないこともあるため、ある程度の握力があることも大切です。握力の維持には、低下した筋力をアップするトレーニングが有効とされていますので、ゆっくり、長く維持できるようにトレーニングを始めてみましょう。

ありがたう! ボランティアさん

今回は春緑苑短期人所施設へボランティアに来てくださっている「春日井仲間女」様をご紹介します。

春日井仲間女さんには、毎週金曜日にボランティア活動していた



▲準備から片付けまで

だいております。喫茶店を開き、美味しいコーヒーや紅茶を入れていただくだけでなく、歌やリズムの遊びなど取り入れてサービス精神旺盛です。

「仲間女」と書き、「グルメ」と読みます。「グルメ」という言葉からも分かるように、皆さんは、料理教室の仲間で、「せっかくなので知り合った仲間で何か社会や人のためにできることはないか」と話し合い、活動が始まったそうです。

当施設へは開設からのお付き合いです。長く続くコツは「やらせていただく」と云う気持ちで、「参加は無理強いせず来れる人だけ」。「楽しく楽しく」、「人生の先輩の高齢者から勉強させていただく」という気持ちで「だそうです」。

そうは言っても、そう簡単にしかも長くできるものではありません。ショートステイ・同感謝感謝です。

法人事務局

◆人事異動(十月一日付)

身体障害者療護施設春日苑

施設長 高 廣 徹

特別養護老人ホームとよた苑

施設長 浅 井 敦 臣

(旧身体障害者療護施設春日苑施設長)

副施設長 伊 東 正 子

(旧身体障害者療護施設春日苑施設長)

知的障害者更生施設サンホーム豊田

施設長 山 田 卓

(旧特別養護老人ホームとよた苑施設長)

◆昇格職員(十月一日付)

身体障害者療護施設春日苑

療護課長心得 仙 石 雅 己

主任介護士 鈴 木 さき枝

副主任介護士 小 池 さおり

補 浦 律 子

編集後記

さわやかな秋晴れの日が続く今日この頃。とても心地良く感じますね。秋といえばスポーツの秋、読書の秋、食欲の秋など楽しいことが浮かびます。皆さんはどのよう過ごしたいですか。私はスポーツをして良い汗をかきたいと思っています。しかし、忘れちゃいけないのは健康管理ですね!朝晩とても冷えてきました。しっかりと衣類調整をし、体調管理を充分に気をつけましょう!